

## **Учебный план к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Мини-футбол»**

### **Пояснительная записка**

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол»** (далее - Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа разработана для разновозрастного детского объединения. По уровню освоения - общеразвивающая.

Тип программы – модифицированная. Программа разработана на основе Типовой программы спортивной подготовки по виду спорта «футбол» для групп начальной подготовки (мальчики и девочки 5-6, 7-10 лет).

Программа ежегодно корректируется с учётом изменения законодательной и нормативной базы, приоритетов деятельности учреждения и педагогов студии, интересов, способностей и особенностей детей.

#### **Актуальность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» разработана на основании следующих **нормативно-правовых документов**:

- Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);

- Федеральный закон РФ от 14.07. 2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р; 5. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648- 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021№ 2 «Об утверждении норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Приказ Минтруда России от 22.09.2021 N 652 н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" (Зарегистрировано в Минюсте России 17.12.2021 N 66403);

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);

- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями 5 по проектированию дополнительных

общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

- Устав Муниципального казённого общеобразовательного учреждения «Ницинская средняя общеобразовательная школа».

**Актуальность** предлагаемой образовательной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растёт спрос на образовательные услуги в области физической культуры и спорта, поскольку дети, занимающиеся спортом с раннего возраста, развиваются быстрее и гармоничнее своих сверстников.

Современный социальный заказ на образовательные услуги обусловлен и задачами физического развития детей, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования. В ней подчеркивается важность физического воспитания, использование его оздоровительных, развивающих и воспитательных возможностей, формирующих у учащихся творческие способности, ценностное отношение к здоровью, нравственность.

Футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни. Приобщение к спорту с раннего детства даёт человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы, честность, развивает качества, так необходимые ребёнку во взрослой жизни.

Данная программа позволяет планомерно работать с детьми, объединяя их по физическим данным и подготовленности. В процессе изучения у ребят формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Дети приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

**Адресат общеразвивающей программы.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа базового уровня «Мини-футбол» рассчитана для мальчиков и девочек в возрасте от 7 до 10 лет, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям данным видом спорта.

При реализации дополнительной общеобразовательной программы нельзя не учитывать возрастные особенности детей, а также объективные закономерности развития, формировании систем организма, двигательных и других функций.

При планировании учебно-тренировочной работы в группах необходимо учитывать, как формируются у детей привычки, как усваиваются знания, приобретаются и совершенствуются умения, навыки при обучении. Возрастной период с 6 до 10 лет является наиболее благоприятным для развития «чувства мяча».

У ребят в этом возрасте период устойчивого внимания очень короткий, поэтому программой предусмотрены разнообразные короткие активные упражнения, со множеством небольших передышек. В 7 - 8 лет занятия направлены на улучшение основных двигательных навыков: бег, прыжки, повороты, перекаты и т.д. Все эти движения являются основными элементами футбола. Содержанием программы предусмотрена серия забавных и увлекательных упражнений, связанных с футболом.

В это время объяснение, рассказ тренера не приводят к серьезным сдвигам в обучении технике футбола и знакомство с механизмами ударных действий и разными по форме (относительно более простыми) действиями с мячом происходит практически спонтанно. Поэтому примерно до 10 лет методом обучения является подражание. Естественное развитие двигательной чувствительности к 10 годам практически завершается и в дальнейшем ее изменение зависит в основном только от тренировки. Юные футболисты в этом возрасте в принципе готовы осваивать практически любые по сложности технические приемы.

Ни для кого не секрет, что эффективность спортивной деятельности зависит от уровня развития двигательных качеств. В возрасте от 7 до 10 лет наблюдаются высокие темпы развития ловкости движений, гибкости. Происходит активное развитие функций двигательного анализатора.

Дети младшего возраста отличаются незначительной выносливостью. Уже в 9-летнем возрасте это положительно сказывается на координации движений и значительно улучшает ее в процессе учебно-тренировочной работы. Острота мышечного чувства, а вместе с ней и точность движений, от которых также зависит быстрота освоения технических приемов игры, развивается очень быстро с 8 до 10 лет.

Набор детей в группу осуществляется без предварительного отбора, принимаются все желающие, проявляющие интерес к занятиям по мини-футболу и допущенные врачом к занятиям физической культуры. Количество детей в группе: 10 - 15 человек.

Зачисление в группы производится с обязательным условием – написание заявления родителями (законными представителями несовершеннолетних учащихся), подписание согласия на обработку персональных данных.

Допуск к занятиям производится только после обязательного проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности.

**Уровневость программы.** Программа **базового уровня** предполагает формирование умений и навыков в области физической культуры и спорта; развитие и поддержку обучающихся, проявивших интерес и определенные способности к занятиям футболом.

**Объем и срок освоения программы. Режим занятий.**

Общее количество учебных часов по программе - 36 часов. В данной программе представлено содержание на 1 год обучения. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу. Продолжительность занятия - 40 минут.

**Перечень форм обучения:** индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

**Перечень видов занятий:** теоретические занятия, учебно-тренировочные занятия, контрольные испытания.

**Перечень форм подведения итогов:** опрос; анкетирование; мониторинг динамики развития физических качеств обучающихся; текущая, промежуточная (итоговая) аттестации; соревнования.

## **Цель и задачи программы**

**Цель программы:** формирование и развитие у обучающихся устойчивой потребности к систематическим занятиям физической культурой и спортом посредством обучения игре в футбол.

**Задачи:**

*Обучающие:*

- обучить технике и тактике игры;
- изучить теоретические сведения о мини-футболе;
- дать представления о формировании игры в футбол;
- обучить тактическим индивидуальным и командным действиям;
- ознакомить с технико-тактическими действиями и правилами игры в мини-футбол.

*Развивающие:*

- развитие физических способностей: силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости;
- развитие устойчивого интереса к занятиям;
- развитие коммуникативных навыков и умений работать в команде;
- развитие навыков в технике владения мячом.

*Воспитательные:*

- воспитание у учащихся устойчивого интереса к занятиям футболом;
- воспитание взаимодействия учащихся в команде при игре в футбол;
- воспитание потребности в укреплении здоровья посредством ОФП;
- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества на занятиях и соревновательной деятельности.

## Учебный план

Направленность	Название курса группы	Количество часов в неделю		Всего
		I	II	
физкультурно-спортивной	Мини-футбол	1	1	72

## Список литературы

### Литература для педагога:

#### - нормативные документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ).
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН).
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Устав Муниципального казённого общеобразовательного учреждения «Ницинская средняя общеобразовательная школа».

#### - литература, использованная при составлении программы:

1. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. «Мини-футбол в школе», Издательство: «Советский спорт», 2006. - 224с.
2. Андреев С.Л. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2009. - 144 с.
3. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов. – М.: Физическая культура, 2007 – 112с.
4. Годик М.А. Педагогические основы нормирования и контроля соревновательных и тренировочных нагрузок: Дисс. доктора пед. наук. – М., 1982 – 373с.
5. Голомазов С.В. Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действий с мячом (Текст): Учебно - методическое пособие – 2-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 112с.
6. Голомазов С.В. Футбол: теоретические основы и методика контроля технического мастерства : [учебно-методическое пособие] / Голомазов С. В., Чирва Б. Г. - [2-е изд.]. - Москва : ТВТ Дивизион, 2006. - 79с.
7. Зеленцов А.М., Лобановский В.В., Ткачук В.Г., Кондратьев А.М. Тактика и стратегия в футболе. – Киев: Здоровье, 1989 – 190с.
8. Комплексы упражнений для тренировки юных футболистов 6-12 лет. Учебно-методическое пособие. Автор: Лексаков А.В., Полишкис М.М., Российский С.А., Соколов А.И. – 2015 г. – 143с.
9. Кузнецов В.В. Специальная силовая подготовка спортсмена. – М.: Советская Россия, 1975 – 208с.
10. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Э.Н. Алиев «Мини-футбол – игра для всех»/ Учебно – методическое пособие. Издательство: «Советский спорт», 2007. - 264с.
11. Смышляев А.В. Футбол: техника игры: учебно-методическое пособие / А.В. Смышляев, Е.Э. Степанов, Э.Р. Франк. – Томск: Изд-во Томского политехнического университета, 2009. – 69с.

12. Селуянов В.Н. Физическая подготовка футболистов (Текст): Учебно - методическое пособие – 2-е изд. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 192с.

**Литература для обучающихся:**

1. Андреев С. Н. Мини – футбол. М. «Физкультура и спорт». 1998 г. 111с. с ил.
2. Андреев С.И. Играй в мини-футбол. - М.: «Советский спорт», 1989. – 47с.
3. Коротков И.М. «Подвижные игры для детей» М., «Советская Россия», 2002. - 160с.